

Terapi Sürecinde Empati¹

Özge Soysal

Yapısı ve dinamikleri bakımından uzun uzadıya betimleyebileceğimiz terapi süreci, her şeyden önce çekirdek bir niteliği barındırır ki, bu da iki kişinin karşılaşmasıdır. Karşılaşan yalnızca iki kişi midir ama aynı zamanda iki bilinçdışı mıdır ya da söz konusu olan birçok kişi ve birçok bilinçdışı mıdır, dahası kişi ne demektir, beden midir, imge midir, bilinçdışı bir tasarım mıdır ya da Freud'un belirttiği gibi sevilen ama kaybedilmiş nesnenin temsili midir (S.Freud, 1915) diye sorabiliriz. İki kişinin karşılaşması ruhsal süreçlerin tüm karmaşıklığıyla yeniden canlanması ve belki de salt terapötik görüşmeye özgü olmayan ama diğer tüm karşılaşmaların da yatağı olan kaygı, heyecan, korku, şaşkınlık gibi duyguların da etkinleşmesidir. İlk görüşmenin ilk anlarından itibaren olası terapötik bir sürecin ana damarlarının kendisini tüm bu duygular, dile gelen sözcükler ya da beliren boşluklar aracılığıyla belirgin kılması, gündelik karşılaşmaların sıradanlığına, sıklığına, bir o kadar da çeşitliliğine ve canlılığına inat, "benzersiz" bir şekilde duyulmaya, dışarıdan değil ama henüz bilincinde olunmayan öznel hakikatin tam da içinden, merkezinden kavranmaya çağırır.

Klinik görüşmelerin ya da uzun soluklu bir terapi sürecinin ana malzemesi olarak tanımlanan empati kavramı tam da bu noktada, kişiyi içeriden, bilinçdışı tasarımlarından duyabilme kapasitesinin kavramsallaştırılmasında başvurulan bir terimdir. Bununla birlikte empati kavramı birçok düşünce akımı tarafından betimlenmiş, psikolojik, psikanalitik farklı birçok gelenek tarafından tedavi yöntemlerine uyarlanmış, aynı zamanda modern zamanların popüler kültürü tarafından etkili bir iletişim tekniği olarak parlatılmış tartışmalı ve kırılmalı bir kavram olma özelliğini de korumaktadır. Özdeşim, yansıtma, başkacılık, aktarım, acıma gibi değişik kavramlarla birlikte anılan terim, kavrayış ve uygulama açısından birçok değişik yaklaşımı da kaçınılmaz olarak beraberinde getirmektedir.

Felsefeden psikolojiye

Başlangıçta Alman romantizminin temalarından biri olan empati, *Einfühlung*, benliğin varlıklarda yansıtılması anlamına gelen ve özel olarak da kendimizi temsil edilen nesnenin yerine koyarak sanat eserini algıladığımız estetik bir duyarlılıktan bahsetmek için kullanılan bir terimdir (C. Boulanger, C. Lançon, 2006). Pozitif bilimlerin aksine başka bir bilme ve kavrayış tekniğini gerektiren bu estetik duyarlılık, bakan ve bakılan, duyan ve duyulan,

¹ Bu yazı 2014 yılında İKÜ yayınların'dan çıkan *Empati* "Kuramdan Uygulamaya" (ed. Aysin Turpoğlu Çelik) kitabında yayınlanmıştır. Okuyucu ayrıntılı kaynakçayı kitapta bulabilir.

gözleyen ve gözlenen arasında yer alan nesnel ve ampirik sınır çizgisini almaşıklıştırmakta hatta tersine çevirmektedir. Bir bedenden, fenomenolojinin tabiriyle “tenden” (M. Merleau-Ponty, 1964) itibaren nesnelere algılayan özne, algıladığının dışında, ondan bağımsız olarak konumlanan değil, algılananda içerilen ve onun tarafından beslenip, öznel olarak meydana gelendir. Özne ve nesnenin, içerisi ve dışarısının karşılıklı temsil edilişi, birbirinden ayrılmış bir karşıtlar çiftinin değil, birbirine dairesel bir hareketle gönderimde bulunan bir işleyişin, ikiliklerden her birinin birbirini yansıttığı ve sorguladığı bir evrenin duyumsal ve zihinsel bir inşasıdır. Nesnel bir bilme tekniğini sorunsallaştıran bu kavrayışta söz konusu olan artık sadece öznenin nesneden konuşması, nesneyi düşünüp bilmesi değil, nesnenin özneyi konuşturması, bilmeceğin nesnenin kendisi olmaktan çok bizzat öznenin kendisi haline gelmesi, bir diğer deyişle öznenin ona seslenen ve yönelen nesne tarafından kapsanmasıdır. Varlıklarda temsil edilen benlik, dış dünyayı değiştirdiği kadar kendi varlığının bir parçasını barındıran, *vücudunun kumaşından yapılmış dünya* (M. Merleau-Ponty, 1964) tarafından da değiştirilmektedir.

E. Husserl, empatiyi ortak bir dünya oluşturabilmek için öznel-arasılığın kurulduğu zeminin temel bir fenomeni haline getirmiştir. Bununla birlikte, Husserl’in kullandığı biçimiyle empati, Max Scheler’in duygusal sezgiciliğinin öngördüğü gibi duygusal ya da anlık-sezgisel bir kaynaşma durumundan çok bilişsel bir aracı anlamını taşımaktadır (C. Boulanger, C. Lançon, 2006). Oysaki karşılaşma deneyimi, belirtilen bu anlamlardan ne salt ötekinin varlığının zihinsel bir kavranışı, bilincine varlığı ne de onunla simbiyotik bir ilişkilene biçimidir. Paul Ricoeur, Husserl sonrası post-fenomenolojik felsefe alanında “birlikte hissetme” ya da “içinde hissetme” anlamlarına gelen “intropathie” terimini önermiştir. Ne de olsa insan varlığı her türlü kuramsallaştırmadan ve bilme biçiminden bağımsız olarak, dünyaya geldiği andan itibaren diğer varlıkların arasındadır ve dahası anne karnındaki *in-utero* deneyimlerinden bu yana ilk başka olan Annenin işitsel ve dokunsal temaslarıyla kuşatılmıştır. Ekografi uygulamalarından ve bebek gözlemlerinden yola çıkan kimi psikanalistler, en erken ilişkisel deneyimlerin doğasında bile kendisinden başka bir ötekiyle yaşanan bir deneyim düzeyi bulunduğunu öne sürmektedirler (R. Prat, 2010).

Münihli bir psikolog olan Théodor Lipps, empati kavramını Alman estetikzminden psikolojinin alanına taşıyan isimdir. Lipps, kendiliğın ve diğerlerinin tanınmasında empatiyi anahtar bir kavram olarak betimlemiş, bunu da yüz ifadelerinin algılanmasının kişinin o ifadeyi “otomatik olarak” üretmesinde ve ifadeye uygun duygulanımı yaşamasını sağlayan işleyişte göstermiştir. Kişinin karşısındakinin eylemlerini onları algıladığı andan itibaren etkin bir şekilde paylaşması, Lipps tarafından “içsel taklit” (inner imitation) olarak adlandırılmıştır

(C. Boulanger, C. Lançon, 2006). Jestlerin ve yönelimlerin öznenin ve ötekinin bedenini kat eden bu karşılıklı ilişkisinin kendiliği ve ötekini algılamanın-anlamanın temeline ustalıklı yerleştirildiği fenomenolojinin alanından ve Lipps'in yüz ifadelerinin neredeyse refleksif bir taklidinden yola çıkarak duyguları içeriden hissetmeye varan saptamalarından Freud'un bilinçdışı kuramına geldiğimizde, en az empati ve taklit kavramları kadar karmaşık olan özdeşim kavramıyla karşılaşırız.

Freud, onun zamanına kadar gelen bu gelenekte kullanılan empati kavramını kuramının başlıca kavramlarından biri haline getirmese de *Kitlelerin Psikanalizi ve Benliğin Analizi* (1921) adlı çalışmasında özdeşim süreçlerinden bahsederken empati kavramına bir dipnot açıklaması olarak referansta bulunmuştur. Bu açıklamaya göre Freud, empatinin özdeşim kavramının tüm derinliği ve geniş kullanımıyla birlikte açıldığı yollardan biri olduğunu yani empatinin başkalarında bize yabancı olan ruhsal yaşam karşısında nasıl konumlandığımızı anlamamıza yarayan mekanizma olduğunu belirtmiştir. İnsanlar arasındaki ortak değerleri ve Hume'un deyimiyle tutkuları oluşturan her şey sempatiyle birlikte özdeşim kurmaya yol açsa da, empati aynı ve benzer olanın aktarımından ziyade, Freud'un da belirttiği gibi başka ve yabancı olanın anlaşılmasında başvurulan bir kavramdır. Bununla birlikte, psikanalitik kuramda özdeşimin basit bir taklit ya da yalnızca bilinçli bir süreç olmadığı aşikârdır. Özdeşim, A kişinin B kişisine dönüşmesi ya da A'nın B'yi taklit etmesinden ziyade, A'nın B'nin belirgin bir özelliğini kendisinin kıldığı ve kendi ruhsal yaşamını oluşturan parçalardan biri haline getirdiği bilinçdışı işleyişe verilen addır. Benlik, kişinin tüm yaşamı boyunca nesnelere kurduğu özdeşimlerin toplamı olarak inşa edilse de, bu özdeşimlerin kişinin öznel hikâyesinde temsil ettiği motifler bilinçdışı kalmaya devam edecektir. Böylelikle özdeşim kavramının açıldığı kavramlardan biri olan empatinin, özdeşimde olduğu gibi sadece bilinçli bir farkındalık ve zihinsel bir kavranışla açıklanabilmesi mümkün olmaktan çıkmıştır.

Etkileşim kuramcılarında M. Grosjean, yaptığı bir çalışmada, doğumun ilerlemesi ve doğum yapanın çıkardığı seslerin melodisine ebe tarafından eşlik edilmesi arasında bir yakınlık olduğunu saptamıştır (E. M. Golder, 2000). Bu kuramcılarının ilişkideki etkileşimin gözlenmesinde gözlem yapan ve gözleyen arasına ısrarla koymak istedikleri ayrıma karşın ebe, doğum yapan kadının çıkardığı seslere kapılma ve doğum esnasında komut verme işlevlerini yeterince yerine getirememesi riskini taşımaktadır. Sınırların bulanıklaştığı ve kişinin normal işleyişlerinin dışına çıkıp bir başkasının ruhsal yaşamıyla karıştığı bu deneyim, ebenin doğum yapanla özdeşim kurmasının empatik etkileşim açısından aldığı anlamlara işaret eder. Empati bu durumda aynı sürecin iki farklı açıdan değerlendirilmesidir: Birincisi teknik

çalışmanın gereğince yürütülmesinde engel teşkil edebilecek özdeşim fenomenine gönderen bakış açısı, diğeryse doğum sürecinin annenin çıkardığı seslerin ebe tarafından eşzamanlı taklidiyle ve bunun anne üzerinde yarattığı olumlu etkilerle kolaylaştığını öne süren görüş açısıdır. Kimi ebelerse aynı etkileşimi bakış konusunda deneyimlemişlerdir. Her ne kadar ıstırap çekenle empati kurmak ebenin ebe olarak mesleğini yerine getirebilmesinin duygusal bir koşuluysa da, Grosjean'e göre ebelik görevlerinin uygulanması da bir o kadar bu duygudaşlığa mesafe alabilmekten geçmektedir.

Bu akla ilk etapta anne-bebek ikilisini ve annenin bebeğiyle kurduğu özdeşimi, bir diğer deyişle annenin kendisini bebeğinde görebilmesini getirir. Anne ve bebek arasındaki ilişkinin ilk aylarında kurulan bu ortaklık, özne olmak üzere olanla, kendisini bebeğinde tanıyan diğeri arasında gerçekleşmektedir. Anneye dair bu acıma, annenin bebeğinin ağlayışlarında tanıdığı çaresizliğin ve de anneden ayrılışa değin çağrının ve ıstırabın bir zamanlar kendisinin de başına geldiğini anımsamasıdır. Çoğu kez annenin yüzünde beliren bir gülümsemeyle beliren bu anımsayış, kendi eksikli oluşunu ve kayıplarını hatırlayan annenin, anne olmanın aşkınlığının ezici ağırlığından nefes alıp, insanileşmesi yani anneliği kişiler-üstü nesnel yükünden kurtarıp, kişiselleştirebilmesidir. Empati bu anlamda, ebe-doğuran kadın deneyiminde olduğu gibi, annenin çocuğunun içinde bulunduğu durumu anlamasında ona rehberlik etse de, annelik işlevlerini yerine getirebilmek daha fazlasını, annenin tepkilerini ve eylemlerini gerektirmektedir. Kohut'un ifadesiyle empati, annenin ve çocuğun ihtiyaç duyduğu bir önkoşul olmakla birlikte, bir diğer aşama olan eyleme yönlendirilmedikçe kendi başına anlamlı olmaktan çıkmaktadır. Bu terapi sürecinde terapistin hastanın iç dünyasında kurduğu bağlantıları anlama aşamasından, bunu hastasına yorumladığı daha üst düzeydeki bir empati kurma biçimine geçiştir (Kohut, 1981). Kendisini duygusal-bedensel yönelimlerle ifade eden yeni doğanın jest ve mimiklerinin yerlerini zamanla sözsöz ifadelere bırakmasında olduğu gibi, danışanın terapi ortamına getirdiği malzemeler terapistin yorumu aracılığıyla biçim değiştirmektedir.

Empati kavramının vazgeçilmez bir boyut kazanması şüphesiz ki Ego psikolojisi sayesinde. Carl Rogers ve Heinz Kohut'la birlikte empati, terapi sürecinin ve hastanın iç dünyasını hissetmenin temel taşı haline gelmiştir. Rogers, 1957 yılına ait artık klasikleşen bir çalışmada kişilik değişimlerinin ancak terapistin "empatik anlayışı" sayesinde gerçekleşebileceğini yazar. Kişinin şu ya da bu davranışı, duyguyu ya da düşüncüyü geliştirmekteki içsel motivasyonlarını ve gayretini anlamanın empatik deneyimi, bu deneyimin danışanla paylaşılmasıyla birlikte ilerlemektedir. Psikanalitik kuramın öncüsü olduğu içebakış yönteminin terapi sürecinde oynadığı rolün ayrılmaz bir tanımlayıcısı haline

gelen empati, Kohut'un geliştirdiği "kendilik psikolojisi" yaklaşımında terapisinin başlıca motoru ve üretken bir gücü olarak düşünölmekle birlikte, beraberinde birtakım sınırlılıkları da getiren bir yöntem olarak ele alınmıştır (H. Kohut, 1959/1981). Empati belki de ancak bu sayede hastayı iyi etmeye yarayan bir iyi davranma ya da sezgisel bir anlayış olarak değil, kuramla ve diğer kavramlarla ilişkisi içinde incelenmesi gereken terapötik bir yöntem sorunu olarak ortaya konulabilir. Empatinin etik bir sorunsal olarak belirmesi de beraberinde getirdiği sınırlılıkların yöntembilimsel bir yaklaşımla düşünölmeye gerekliliğinden geçmektedir; çünkü etik, bir başkasıyla, özellikle de ıstırap çeken bir ötekiyle kurduğumuz ilişkinin nasıllarını sorgulayabilmektir.

Bu sınırlılıklar, terapist neden empatik olmak ister, empatinin gerçekteleği terapötik çerçeve nasıl olmalıdır ya da terapisinin ilerleyebilmesini sağlayan danışan-terapist arasındaki terapötik bağı oluşturan dinamikler nelerdir gibi sorular aracılığıyla tartışılabilir. Terapistin neden empatik olmak istediğine dair soru, her şeyden önce terapisti danışanına empatik bir duyuş ve anlayış sunmaya iten arzusunun bir sonucu olarak ele alınmalıdır. Danışanı onu terapistte getiren şikâyeti ve talebinde herhangi bir muhatap, bilirkişi ya da arkadaştan farklı olarak dinleme arzusu, terapisti nesnel bir gözlemci ya da teknik bir düzenleyici olma konumundan daha farklı bir yere yerleştirir. Bu "benzersiz" konumlanış, danışanın talebinin bilinçdişi bir arzuyu içerdiiği ve bilinçdişi düşlem tarafından yönlendirildiği fikrinin hesaba katılmasında temellenir.

Deneyim Anları

Bu temellenişi daha iyi kavrayabilmek için empati kavramını psikanalizin alanında çokça başvurulan bir kavramla, "deneyim" kavramıyla ele almayı önerebiliriz. Felsefenin alanında betimlenen "olay" kavramıyla ya da Winnicott'un "sürpriz anlarıyla" ve yine Eva Marie Golder'in öne sürdüğu "kırılma anlarıyla" (les moments sensible) benzerlik kurabileceğimiz deneyim kavramı, terapisinin beklenmedik, öngörülemez, rasyonel bir nedensellik ilişkisini aşan anlarını temsil eder. Bu anlar her ne kadar terapötik süreçteki bir kırılmaya işaret etseler de öngörülemez ve beklenmedik olanın belirişi ancak bu belirişe zemin hazırlayan öncel bir çalışmanın varlığıyla olasıdır. Çünkü danışanın bastırıldığı bilinçdişi çocuksul arzuların ortaya çıktığı bu anlar, danışanı gerçeklikteki kimliğinin de ötesinde öznel hakikatinden duyma arzusunda olan terapist tarafından beklenen ayrıcalıklı anlar dizisidir. Bu anları ayrıcalıklı kılan nitelik, öznenin denetiminden kaçan ve danışanın kendisini olduğu kadar terapisti de şaşırtan ve terapi çalışmasına yön veren bir olgu olmasından kaynaklanır.

Danışan ve terapist arasındaki ilk karşılaşma yeni, bilinmez ve bir o kadar da benzersiz bir durumun habercisidir. Karşılaşmanın ilk etkileri çoğunlukla sıkıntı, kaygı, heyecan, tereddüt gibi duyguları da beraberinde getirir. Duyguların bu karmaşıklığı özne tarafından henüz söze dökülmese de temsil edilmeyi bekleyen yoğun bedensel duyumsamalar şeklinde yaşantılanır. Karşılaşmanın bu ilk anlarında benzersiz olanın yarattığı duygulanımların ani etkilerinin, özne tarafından kolaylıkla tahammül edilemeyecek bir hoşnutsuzluğa yol açtığını söyleyebiliriz. Öyle ki hem terapist hem de danışan tarafından deneyimlenen bu hoşnutsuzluk anları her ikisinin de birbirleriyle ilgili ilk değerlendirmeleri yapacakları kurgusal bir sayfaya açılacaktır. Bu değerlendirmeler şüphesiz ki bilinmeyenin verdiği baş döndürücü kaygıyı dindirmek için tanıdık ve benzer olana, bir diğer deyişle özne tarafından daha önce deneyimlenmiş ve haz alınmış olana yapılan bir çağrıdır.

Boşluğa yer bırakmak istemeyecek kadar hassas olduğumuz bu anları deneyimleme şeklimiz ve bizde yarattığı duygulanımlar aynı zamanda öznel hikâyemizin işlenmeyi bekleyen malzemelerinin de ortaya konuluşudur. Terapist ve danışan arasındaki aktarım ilişkisinin kurulmaya başladığı bu anların düşlemsel hareketliliği, bir o kadar da o zamana değin özne tarafından bilinmeyen belirişine karşı geliştirilen bir savunma olan anlamlandırma duvarını inşa edecektir. Terapideki sürpriz anlarsa tam da bu anlamlandırma duvarına dayanan, hatta onu tüm niyetli ve bilinçli bilginin de ötesinde istemsiz olarak aşan, zamansızca olduğu için tam da zamanında beliren, acemice olarak adlandırabileceğimiz deneyimlerdir. Bilmeden, gayri iradi söylenilen bir söz, farkında olmaksızın yapılan bir jest ya da şüpheye düşülen duraksama, kem küm etme anları, anlatının içinde verilen bir ayrıntı, o zamana değin danışan ve terapist tarafından yapılan açıklamalardan farklı ve indirgenemez olan boyutuyla terapötik çalışmada kırılma yaratan bir an olarak kaydedilecektir. Bu Winnicott'un ifadeleriyle terapistin ve danışanın aralarında *anlamli bir iletişime* ulaştıkları, yeni ve bilinmez olanın belirişinin terapist ya da danışan için bir anlam ifade etmesinden çok, danışanın öznel hikayesinde henüz etkinleşmemiş ve etkinleşmeyi bekleyen diğer öğelere bağlanabilmesini sağlayan bir olaydır.

Terapist tarafından beklenen bu deneyim anlarının şaşkıncı etkisi, danışanın bilmeksizin dile getirdiği öznel sorularının terapist tarafından yeniden ortaya atılmasıyla danışanın ve terapistin ortak bir anlam ve yakınlık kurma özlemi olan *Bir* olma düşleminden, *birlikte* çalışmaya geçtikleri bir aktarım ilişkisinin yerleşmesini olanaklı kılar. Bu anların terapi sürecindeki yinelenişleri terapist-danışan arasındaki ilk karşılaşma anından bu yana kurulan aktarımın düğümlendiğinin, bir diğer deyişle öznel hakikatin acemice ve kısmi belirişlerinin terapist tarafından duyulup yeniden danışana teslim edildiğinin bir göstergesidirler. Bu

deneyim anlarını denetlemeye ne de hemen anlamlandırıp açıklamaya girişmeyen terapist, özneye zaten bilindik ve tanıdık olanla öznel hakikatin etkinleşebileceği benzersiz biçim arasındaki ayrımı ve mesafeyi de korumuş olur. Zira kimi bilişsel terapi yöntemlerinde çokça kullanılagelen bilinçli bir farkındalık yaratma ve açıklama çabası, her seferinde öznenin denetiminden kaçan yeni bir bilmeme ve tanımama durumuna yol açmayı önleyemeyecektir. Bugün dil sürçmesinde beliren bilinçdışı oluşum, yarın istemsiz bir jestte, bir diğer gün beklenmedik bir sessizlik ya da tam sırasında yapılan bir şaka anında, bir sene sonra yine öngörülemez bir başka olay biçimi altında tekrar ortaya çıkmaya devam edecektir. Ne nedenine, ne anlamına ne de yinelenişine hâkim olamadığımız bu anlar sadece maruz kaldığımız değil ama bizi sorgulayan anlardır da. Hikâyemiz hakkında haberdar olmadığımız olguları bize işaret eden, bilmeceyi yeni bir parçanın belirişiyle aydınlatan bu deneyimler bilinçli bir farkındalığa değilse de bilinçdışı bir bilgiye açılabilmeyi sağlarlar.

Aslında tam da bu noktada empati kavramını Freud'un öne sürdüğü gibi benzer ve tanıdık olanın değil, yabancı ve anlaşılabilir olanın kavranmasına ışık tutabilecek bir an olarak düşünebiliriz. Öznenin taşıdığı ve habersiz olduğu bu anlaşılabilir bilinçdışı tasarımların danışan ve terapist üzerindeki etkisi de bir o kadar bilinemezdir. Üstelik bu bilinçdışı oluşum anları terapistte ya da danışana yönelik olmaktan ve onların anlayışını talep etmekten ziyade, bağlantılı oldukları diğer bilinçdışı öğelere gönderimde bulunurlar. Bu durumda empati terapistin danışanı için sunduğu bir anlayışa ya da onun ruhsal gerçekliğinin yansıması olabilecek bir kaynaşma anına işaret etmekten çok öznenin kendisine ait olanı, farklı olanı kendisinin olarak tanıyabilmesine izin veren bir karşılaşmaya işaret edebilir. Çünkü öznenin Ötekiye yaptığı çağrı sadece ıstırabının dindirilebilmesinin koşulu olan sonsuz bir anlayış, benzerlik ve mutluluk anlarında birleşmek değil, aynı zamanda benzer olanda radikal olarak farklı bulunan şeye yaptığı bir sesleniştir de. Terapistin bilinçdışı arzusuna yapılan bu sesleniş, terapisti danışanın kendisi için temsil ettiği şeyle, danışanın öznel hakikati arasında ayırım yapabilmesine götürür. Bu ayırımın kendisi de danışanın içsel-bilinçdışı imgeleriyle günlük yaşamındaki kişilerin gerçekliği arasında bir farklılaştırma yapabildiği terapötik çalışmaya olanak tanır. Denetimin ve bütünleyici bilginin tarafında olan danışan tarafından terapist olarak tanınma arzusunun, danışanı henüz habersiz olduğu öznel gerçekliğinden duyabilme arzusuna yer açması sayesinde deneyim anlarının öngörülemez tekilliği hazırlanabilir.

Öyleyse söz konusu olan bir bekleyiştir. Kronolojik bir akışın tersine, bu süregelen akışı sekteye uğratan bir zamansız oluşum gün yüzüne çıkabilmesi için gerekli olan zamanı kat etme zorunluluğudur. Tekil olarak kaydedilecek ve zamansal akışta bir kopuş, duraksama yaratacak

her deneyim anı, yeni olanın geçmişteki yenileri hatırlatışı ve gelecekteki yenileri haber verişiyile akışı tekrar atılıma geçirir. Böylelikle terapistin ve danışanın kişi olarak karşılıklı iletişimleri değil de *artık* bilinir, bilince çıkmış olanla *henüz* bilinmeyenler yani bastırılmış olanlar arasında bir iletişim başlayabilecektir. Karşılaşmanın ilk anlarındaki sezgilerin uçuculuğunun yerini şüpheyeye ve bilinmeyenle karşılaşmaya bıraktığı kırılma anları, terapist-danışan arasındaki aktarımın yerleşip serpildiği, danışanın olduğu kadar terapistin de bilinçdışı arzusunda içerildiği bir zamana erişmektir de. Ancak farklı olanda kendini açığa vuran öznelliğin kurucu unsurlarını özneye iade edebilme bilinçdışı arzusu, sonlandırma değilse de öznenin öznel hakikatini üstlendiği dönüştürücü bir adım olan sonuçlandırma anına açılabilir.